

.....

[illegible]

هكذا من الأهل

هكذا من العمل

### الحاج رشاد الشوا رئيس بلدية غزة

## انتهى وقت الساعات

### نحن لانرفض «عميانى» ولا نقبل «عميانى»

### رجال التعليم والثقافة يهتفون بالحاج رشاد الشوا بسلامة العودة

قام صباح أمس وفد مؤلف من كبار رجال التعليم والثقافة بقطاع غزة برئاسة الرئيس الفاضل الأستاذ محمد جاهد الجدي القائم بأعمال مدير عام التعليم والثقافة بزيارة ودعية للحاج رشاد الشوا في مكتبه ببلدية غزة لتهنئته بسلامة العودة من الخارج بعد غياب دام حوالي أربعة أشهر وقدموا له هدايا تذكارية من كبار رجالات التعليم هم السادة :

الشيخ ربيع أبو التميم ، السيد محمد القرشي ، الشيخ أحمد ابوسودانة ، السيد حمدي عابد ، السيد احسان سكك ، السيد محمد طمسانين ، المهندس جمال اسماعيل سكك ، السيد هشام عيد ، السيد عباد البيضاوي ، السيد فابز الشراوي ، السيد يعقوب الهور .

والتي استاذ محمد الجدي كلمته فيها باسمي وباسم جميع رجال التعليم والثقافة في هذه المنطقة نرحب بعودكم خصوصا وان البلدي في حاجة الى وحدة شاملة بين الاخوة الشوا ووجودكم بيننا بقي من كلمتنا ويشد ازنا .



وقد شكر الحاج رشاد مهنيته قائلا انتم يا رجال التعليم جهاز التوجيه بيننا وعليكم واجب عظيم نحضر اوضاع الامور لطلابنا وابنائنا وعمالنا مستقبلا لان منطلقنا متفكر الى الصالحات الحرة والى دور النشر .

وقال سعادته ان المركز الثقافي الذي تقوم الهيئة الخيرية ببنائه في غزة سيكون من ضمن اقسامه الهامة دار للنشر مهنيته تسهيل نشر جميع الكتب والمجلات والجرائد وستضم هذه الدار مطبعة حديثة وستفصح المجال لاصحاب القلم والكلمة من ابناؤنا .

وطلب سعادته من الحضور ترك السلبية جانبا وقال ان من واجب كل فرد ان يدرس وان يفهم الامور وان يبلي براهيه الصادق التابع من غير حي .. لقد انتهى وقت الانشطة كالمبنيديد « نحن لا نرفض عمياني ولا نقبل عمياني » ثم اشار بيده الى اوراق على مكتبه وقال هذه هي اتفاقية كاتب ديبند للفلسطينيين الانجليزية وانا لم ارحسها جيدا بعد .

وهنا طلب منه الاستاذ فايز الشراوي مقش المواد الاجتماعية طبع عدة نسخ من الاتفاقية وتزويد المختصين بها .. وقد استجاب سعادته لهذا المطلب وامر على الفور بصور عدة نسخ من الاتفاقية لتزويد المختصين بها .. يمكن كل فرد من دراستها باللغة الانجليزية ليعمل الى الاماني التي تشير اليها والى ما يتعلق بالفلسطينيين منها

وقال الحاج رشاد الشوا ان الشوا : نحن جزء من القطين في الخارج والذين في الخارج جزءنا .. ان منظمة التحرير لا تساهل في هذا .. نهي التي تسمع العالم صوتنا في الخارج ، ونحن هنا لا نسمع صوتنا بدون اخواننا في الخارج ولا بد من اجتماعات داخلية يتم فيها التقاضي والجدال وتحليل الموقف حتى نخرج بان الله تعالى يراي بل اراء تدارسها مع اخواننا في الخارج لكي نصل بقضيتنا الى افضل المواقف .

وردا على سؤال اخر قال ان اخواننا في الخارج متفهمين ولا يسيئون في حدود الالات ، انهم ينظفون ومضة نور ساطعة ليسيروا بهيما واكتمل لا يؤمنون بالبر والخيالات بل بربون الحقيقة ، فلذلك يجب علينا ان ندرس وان نخرج براهي صادق وموحدة .

ونظرا لتحديد موعد بين رئيس البلدية وحكم غزة العسكري فقد نظر الاسرار في الاستماع الى اراء الحاج رشاد الشوا وناقشتمه خصوصا وانته كان ربح الصبر في الاجابة عن كل سؤال يقبل مقدس وبأسبانية عليه ، وقد ودع مهنيته فردا فردا مكررا ضرورة المحافظة على وحدة الصف ووحدة الكلمة .

### سنة اندية عربية في القدس تتلقى منحا من البلدية لتعزيز نشاطها

القدس - من فؤاد جبر صرح السيد اهارون سريغ مستشار رئيس البلدية لتسليم شرفي القدس بان السيد تيدي كوكيك رئيس البلدية قرر تقديم مبلغ « ١٢٥ » ألف ليرة اسرائيلية كمكح لسنة اندية عربية في القدس .

وقال السيد سريغ انه ابلغ رؤساء هذه الاندية بقرار رئيس البلدية بفتح تطوير هذه الاندية وتعزيز نشاطاتها وقد وزعت هذه المكح على النحو التالي :

نادي ام طوبا « ٢٠٠٠ » ألف ليرة ، نادي الجالية الاوربية « ٢٠٠٠ » ، نادي هومستت الارمني « ٢٠٠٠ » ، نادي السرياني « ٢٠٠٠ » ، نادي اراكسي « ١٠٠٠ » ، الف ليرة ونادى الطور « ٢٥٠٠ » ألف ليرة .

واضاف مستشار رئيس البلدية لتسليم شرفي القدس ان منحا اخرى تقرر تقديمها لبعض لجان الاحياء العربية في القدس بينها لجنة حسي نسبة الاول الذي خصص له مبلغ ١٠٠٠٠ ليرة ، وفي نسبة الثاني مبلغ « ١٠٠٠ » ، الف ليرة ايضا على ان تقوم اللجان بجمع مبلغ مماثل كبريات من السكان لحسن مظهر الحي ومطوره .

### اصدار نماذج تصاريح خاصة لتاريخ معين منعاً للاستغلال

القدس - من فؤاد جبر - علم ان سلطات الحكم العسكري ستوزع اعتبارا من صباح اليوم - الاحد - نماذج تصاريح السفر الجديده على جميع مكاتب البريد في الضفة الغربية التي ستقرر على تسليم هذه التصاريح للراغبين في السفر عبر جسرى الاردن . وكما سبق واشترنا في عدد نصحنا موظفي البريد سيخضعون نماذج التصاريح لدى تسليمها لطلابها بافهام تحمل تاريخا ولا يعمل بالنموذج الا لفترة قصصها عشرة ايام من تاريخ ختمه بعدها يصبح التصريح لاغيا .

وناتي هذه الاجراءات في اعتقاد موجة مسورة من الاحتلال شديتها منقوتى الضفة الغربية خلال الشهرين الماضيين حيث يبيت نماذج التصاريح في السوق السوداء بـ « ٤٠٠ » ليرة اسرائيلية رغم حظر بيعها وحشية توزيعها على الراغبين مجاناً ونقص قيمة رسوم الطوابع فقط .

### وزير المالية :

## الحكومة لا تتخذ خطوات اقتصادية حادة

### ولا تتوى تجديد اتفاق الاجور الذي لم يثبت جدواه

تل اييب - عقم - قال السيد سيبخا اريخ وزير المالية خلال مقابلة اجراها معه شريط الاسبوع باللغة العربية انبعت امس ان الحكومة لا تتوى اتخاذ خطوات اقتصادية حادة في الشهر القادم بل انها ستقوم باتخاذ خطوات تدريجية بحيث لا تؤثر على جدول غلاء المعيشة ولا تنقل على كاهل المواطن .

واوضح السيد اريخ انه يولي رفع اسعار المنتجات التي تتلى حاليا الدعم الحكومي بنسبة تتراوح بين ٧ الى ١٠٠ بالمئة كل عدة اسابيع ونسب هائلة فقط ، على ان تطبق الزيادة على منتج واحد فقط في كل مرة .

وعرب وزير المالية عن اسفه لقيام مواطنين بخزن المواد الغذائية خشية وقوع موجة من الغلاء ، وطالب السيد اريخ المواطنين بالاعتدال في التفتات وعدم الاسراف في شراء الطعجات التي يؤول قسم كبير منها الى سلة الامهات واصاف السيد اريخ بان اتفاقية تجديد الاسعار فعالا

تجديد الاسعار المتعددة بين الحكومة ومواطنيها بخزن المواد الغذائية خشية وقوع موجة من الغلاء ، وطالب السيد اريخ المواطنين بالاعتدال في التفتات وعدم الاسراف في شراء الطعجات التي يؤول قسم كبير منها الى سلة الامهات واصاف السيد اريخ بان اتفاقية تجديد الاسعار فعالا



### ١٠ ملايين دولار من السعودية للخليج يعود بها الدكتور الصغير عضو البلدية

الخليج - لارسانا - عادالي الخليل بعد ظهر اول امس الدكتور عوني الصغير عضو بلدية اخيل قادمنا من المملكة العربية السعودية بعد زيارة استغرقت حوالي ٤٠ يوما قابل خلالها المسؤولين هناك في اطار التوأمة بين مدينة خليل الرحمن والمدينة المنورة .

واوضح الدكتور عوني الصغير انه شيكا يبلغ عشرة ملايين دولار تم ايداعها في البنك العربي في عمان . وقد ادى تصريح لارسانا قال فيه : لقد تمت زيارة المملكة العربية السعودية بعد ان فوجئت من بلدية الخليل والمجلس البلدي خاصة حيثيات زيارتي عن طريق عمان واستقبالها بزيارة الرياض وجدة والدمام والمدينة المنورة ومكة المكرمة والنتيجة ان زيارتي عددا من اخوة الشعب

انباء الخليل الذين قدموا لي كل عون وابدوا عاطفا كبيرا مع مدينتهم وبلدتيهم الخليل ، وقدموا مبالغ رمزية مشكورين .

واكد الدكتور الصغير انه تسلم شيكا يبلغ عشرة ملايين دولار من رئيس بلدية المدينة المنورة بعد تصديقه من جلالة الملك خالد والتبرع بهد وكي العهد السعودي . وقال ان هذا الدعم المالي يقضي ٨٠ بالمئة من التشاريع المقترحة وان التبرع بهد ولي عهد السعودية اعلان من تقديم الزيد من المساعدات في المستقبل اذا لزم الامر .

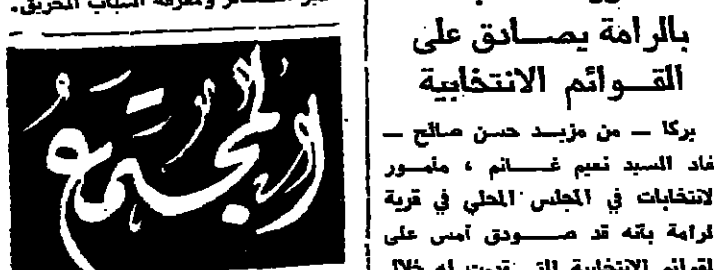
وقال الدكتور الصغير : لقد قمنا الى المسؤولين هناك خرائط بمشاريع البلدية المقترحة فتمت الموافقة عليها . اما عن التسهيلات فقال لقد كانت التسهيلات متوفرة ولم اجد اية صعوبة ، وعن المشاريع التي سينفذها المجلس البلدي خاصة بعد حصوله على الدعم المالي قال شروعات الكهراء ومشروع المياه ومشاريع اخرى سيعمل عليها بعد اقرارها من المجلس البلدي .

اما عن انباطاعه فقد قال الدكتور الصغير : لقد كانت هذه الزيارة موفقة والحمد لله واتني لانني هذه الفرصة لائق الشكر والتقدير لاصحاب جلالة الملك خالد ولسمو السفير همد ولي العهد والى رئيس بلدية المدينة المنورة على هذا الدعم المالي الذي سيتم احشاره على نعمات .

جرح ٧ أشخاص نتيجة حريق بمعمل

بيئج تكا - جرح سبعة أشخاص جراح ثلاثة منهم بليغة في اثناء اطفاء حريق واسع النطاق شب صباح امس الاول في بعض اقسام معمل دهون (الزيت حرايت) .

وقد ساهمت في اطفاء الحريق ثلاثون سيارة اطفاء جمعت من بيئج تكا ومن المناطق المجاورة الامر الذي منع انتشار السعة الحريق الى بقية اقسام المعمل الخسائر التي نجت من الحريق كانت كبيرة وشكلت لجنة من قبل ادارة المعمل لتقدير الخسائر وللمعرفة اسباب الحريق .



### زفاف مبارك

الخليل - تم مساء الجمعة الماضي في الخليل زفاف الشاب اييب السيد حاتم عبد الغني لثجي ابو الفيمسات على الانسة الهبة كريمة السيد طه العويدي ، وقد شارك في هذا الاحتفال جمهور غفير . جملة الله زفافا مباركا فخرنا بالسعادة والهناء والى مبروك ومبركات لتعليم الخليلي .

### حملة جوائز «الانباء» كويون الحظ رقم « ١ »

الاسم : العنوان : التاريخ : ١٩٧٨/١٠/١٥

### نائب وزير الدفاع ووزير الدفاع الاردني يبحثان الوضع في جنوبي لبنان

القدس - اصبح السيد حيدر خاي تصويوري نائب الدفاع في مكتبه هنا يستقبل امس السيد وزير الدفاع الاردني السيد زيور البلاد بمناقشة جوانب التقدمية للقوات الاردنية العاملة في نطاق القوات الد جنوبى لبنان .

واطم ان ليحت خلال الاجر دار حول الوضع في لبنان السيد تصويوري اشار الى انه تتخذ موقفا الحيادي بحدود هالة جديي الحدود بين ليد وليفان ، واكد نائب وزير الدفاع ان اسرائيل بقتة لكل ما يدور في شجاني لبنان .

اعتقال قتي منهج بالبطون على سيارته

القدس - تم - اعتقلت قتي منهج الفاضلة عشرة من عند سيارته قتلت واقتدوم القنصل شارع تيكر في القدس ، وقد تم الاتي في اقباب غزور للشرطة في القنصل على كافة الممرات التي يدخل هذه السيارات .

### وقفة قاضل

الخليل - استقل الى رحبه حاكم امس الاول اوجيه القاضل المرحوم عبد الرزاق عبد الرحمن من جرح يتلق ٧٠ عليه وقد حضره القاضل الى طريق الجسر ان سمي عليه في الصعود الى القبر بخليل رحمه الله ورحمة واسعة .

### الرياضة

القدس - لارسانا الخليل - المباريات يوم الجمعة

كسرة القدم فريق نادي سلوان اللواتي بالقدس لا فريق شباب الظاهرية الرياضي فريق شباب عين جردا الرياضي لا فريق مركز الجازون الرياضي فريق نادي شباب القويي بالقدس لا فريق نادي عيال الرياضي فريق نادي عيال الرياضي لا فريق نادي السرياني في بيت لحم فريق نادي حلال القدس لا فريق مركز نور شمس الرياضي فريق دار التيم العربي لا فريق مدرسة رام الله الثانوية

### كرة السلة

فريق نادي القويي في بيت لحم لا فريق نادي عيال الرياضي فريق مدرسة القريز الثانوية برام الله لا فريق مدرسة رام الله الثانوية

فريق المجد الرياضي بولكرم لا فريق مركز شباب الظاهرية (مباريات يوم السبت)

فريق شباب البيرة الرياضي لا فريق نادي القويي في بيت لحم فريق الكحل المبراة قبل انتهائها بربع ساعة لشدة حوله الاطفال الفريق لكثافي لنادي الحلال بالقدس لا الفريق الذي لشباب القويي بالقدس

### كرة اليد

فريق مدرسة الجران بالقدس لا فريق مدرسة الجران بالقدس

فريق مدرسة القريز الثانوية بالقدس لا فريق مدرسة رام الله الثانوية

فريق نادي الاتحاد الاردني في القدس بطولة في البطولة العربية لادبة السلة العربية وقد بلغ حشد الحدة المدرسية لثلاثة مبرناما وقد فاز بالبطولة جدي لربع من خمسة الشبان المسجلة بالقدس وبإدارة اللجنة ساري كركم من نادي القريز بالقدس



# [:] صفحة المرأة [:]

= اعداد ام عماد =

## حتى تهزم السرطان !

من الحقائق المثابتة - سيما ان السرطان مرض سهل العلاج اذا تم اكتشافه في مرحلة مبكرة - وعلى هذا التمسك وضع الأطباء التواعد البسيطة التالية التي تضمن اكتشاف السرطان فور حدوثه .. بجانب اتخاذ الاحتياطات التي تمنع أصلا :

### الرقبة :

أبسط وسيلة للحماية من سرطان الرقبة هي : التوقف عن التدخين تماما .

### الجلد :

لا تتعرض بكثرة للشمس .. وبذلك تتجنب جلدك من سرطان الجلد .

### الثدي :

إذا حرصت كل امرأة على فحص ثديها مرة كل شهر فتمتلك بذلك يمكن ان تكشف وجود أي ورم فور ظهوره .. وهذا الفحص سهل جدا .. ولا يستغرق دقائق .. ولجريه المرافقة نفسها .

### القصم :

زيارة طبيب الأسنان كل فترة يمكن ان تكشف اسرار المتاعب في مراحلها الأولى .. بجانب ضرورة الاستعانة باستشارة الطبيب فور الانحسار بأي متاعب في القم .

### الرحم :

عمل الفحص الخلوي مرة كل عام .. وهو فحص بسيط جدا يأخذ خلاله الطبيب عين من الإفرازات ليضعها تحت الميكروسكوب وبذلك يمكن ان يكشف أي خلايا غير طبيعية .. ويعرف عن طريق ذلك ان المتاعب في الطريق .. وهكذا يمكن تجنبها قبل ان تحدث !

### القولون والمستقيم :

والفحص السنوي يمكن ان يكشف أي أورام في مراحلها الأولى . هذا بجانب زيارة واحدة للطبيب مرة كل عام .. انها يمكن ان توفر الكثير من المتاعب !

## باقلام القارئات

### كوني جميلة

صحة الجميع يبدأ بالسلي نراه ان الوالد يلقى كل الاخطاء على الوالدة وهذه بدورها تمارس نفس اللبسة ولكن مهما كان القرار الذي يتخذه كل من الزوجين بالنسبة لاستقباله القريب والبعيد فعليه ان يأخذ بين الاعتبار توازن الطفل هذا حسب الطبع وكفه يتطلب القوة والشجاعة والتضحية ولكن رابطا مشتركا يقل قائما بين الطرفين المتخاصمين وهو حبهما المشترك نفس الطفل لذا يصح كل شيء ممكن من أجل انتقاده ليطال الطفل بقلبك لرفع الشكر القاتل فيها . اما الزيون الاسود فيكون نتيجة تراكم مخزوات الدهن في مسامات الجلد والتصاق ذرات التراب والمخاط بهذه القزرات . ويظهر الزيون عادة حول الانف والفتن عند ذوات البشرة الدهنية او المختلفة ولا بد من معالجة الحزاز الدهني الزائد قبل اية محاولة لمعالجة الزيون استعني المعتقد القاتل في «هاتكوديم» مثلا وانكبي به القاطس الدهنية بصورة خاصة ومن المستحسن اجراء حمام بخار للوجه مرة في الاسبوع ضعي وجهك فوق قدر ماء يتصاعد منه البخار مدة دقائق بقصد ترطيب البشرة وتنظير البشرة ثم جولي خمر الزيونات بواسطة كليكس او منديل نظيف وايك تغريش البشرة باظفارك اصغفي قليلا فتخرج الزيونات وتترك صامري لتعطي هذا المكان قطعة قطن مبللة بالكحول والكولونيا - هناك وصفة فعالة اذا اخفق بخار الماء في ترطيب الزيونات . خفري مزيجاً مكوناً من عصير الكيوي والكولونيا ينسب مضوية لاي مقدار فنجان من كل نوع واخذي به البكتة المصاصة يزوان مساه قبل النوم وفي الصباح خفري وجهك بماء الحار ثم جولي خمر الزيونات بواسطة ورق محارم تجديدها قد تحترق بسهولة دون اي اضرار على بشرة الوجه ثم تعقيم الموضع بعد خروج الزيونات .

سجيرة مسلم - الناصرة -

## النكد في الحياة الزوجية

أعداد : اسمهان خليله - مجد الكروم

ان النكد في الحياة الزوجية حية رقيقة ليس للدنيا من دواء وهي التي تفت لتوسلتي القصص الرومسي العبقري .. لك ان اير توستوسي قصصا عبقريا وكان اميرا موريا ونبلا تخرج عن علق مشبوب فجمع بين الشهرة والحب وباع من زوجة الزهرة في السعادة حتى شكر الله مرارا .. ولكن الحال سرعان ما تغير .. واصبح توستوسي يبدل الى حياة الزهر - والاتفاق على الفراق واصبح يلقع الأرض بيده وبكل في افلاك الخشب .. ولما زوجه فقد كانت تشق كرف المشقات هاربا من البيت بهيم ذات السيدة ما تترك واستندت فخلت لقاتب والقصص كسبيق معها .. وفي التامة والمائتين من عمر ليو توستوسي وجد نفسه من شدة هبة تير الشقة .. فلما اتاد النكد تلك الزوجة ؟ لقد اتفهما زوجها وحرم العالم من عبقرة نذة كل ان يقهر لها مثل ...

# سرطان الرحم والثدي والبروستات

الطن في هذه الحوال من انكى القطن . سرطان الثدي هو اكثر انتشارا بين انواع الاورام الغيبية ، غلبت من القادر ان تنقلب شامة صغيرة ، او حبة جبال ، او ثؤلول صغير في وجه المصاب ، وبصورة مفاجئة الى ورم خبيث ، بعد ان بقيت هذه الشامة ، او حبيته الحبة الصغيرة مدة عشرين سنة ثابتة الحجم واللون والمكان ، ان يقضى الواجب ان تنبذ الى اي نظير قد يطرا على شكل او لون هذه اللواحق الجدية ، فنبادر الى عرض الامر على الطبيب المختص .

### سرطان المستقيم والقولون

ان كل تغير يطرأ على الشكل الطبيعي لطرح فضلات الامعاء ، وظهور اثر للدم في الفائط ، مع بعض الاما في اسفل البطن ، يدعو للاستعانة في استشارة الطبيب .

### سرطان الرحم

يبدأ مبكرا بظهور انار دماء غير طبيعية ، ان سرطان عنق الرحم ، هو اكثر انتشارا ، ولكنه مع الالف لا يحمي اي انذار مبكر ، الا انسه من حسن الحظ قابل للشفا نايما ، بالتدخل الجراحي ، ولو جاء متأخرا نسبيا ، لذا يجب على كل امرأة ان توضع لتكشف عن جهازها التناسلي سنويا ، ان لم يكن كل ستة شهور .

### سرطان الثدي

ان نقطة المرأة وسهرها المتواصل على ثديها ، كتيان بالتكشف مبكر لاي تغير يطرأ على سطح الثدي ، او حبه ، او لون حلمته ، ومن المؤكد ان هذه الاعراض الخفية ، وكلها اجراء الفحص الطبيه المثمرة للتأكد من سلامة الثدي . ليس السرطان لوحده ، المرض الذي يعطي اشارات مبكرتته بارباري الخلل ، اذ من المعلوم ان ازمات القلب ، تمنع عن نفسها ايضا .

## الطب والصحة

هل تدل بصمات الأصابع على بعض امراض القلب يقوم حاليا الدكتور الأمريكي هاراك سوارتز ، التخصصي بلراض القلب ، ببحاث تهنه الى معرفة ما اذا كانت هناك علاقة بين بصمات الاصابع ، وبمضي امراض القلب ، والولادة اقشا .

تدق قلته «التجارب التي اياها ان مرض «الاصابع القاتية» عند النساء الشابات يكون غالبا ولدي النساء ، وانصح ايضا ان تشكل البصمات الشخصية عند الجنين ، يحصل في الوقت الذي تتلف فيه صمات قلبه .

والتي تمنى بخصيصه من الذين المخرى المصابين بتلف صمات القلب ذات اشكال مقوسة وناعرة .

ويعد الدكتور سوارتز «الربويع بحوته لمرة ما اذا كانت هناك علاقة علاقة بين بصمات الاصابع ، وبمضي امراض القلب ، والولادة اقشا .

شاع ثالوث بين القدر في كثير من الدول الأوروبية ، خاصة الالمانية منها ، اذ ثبت بالتجربة ان بين القدر ، بعد تخفزه ، يدخل الهجة الى قلبه الانسان ويوم الخليا .

لذا كرت التكرسات التي تمنى بخصيصه من الذين المخرى المصابين بتلف صمات القلب ذات اشكال مقوسة وناعرة .

ومن المعلوم ان هذا اللين استعمل منذ آلاف السنين في روسيا ، وكندا في خنوليا ، كداة علاجية لمراس في القلوب والوعية الدموية . وكثير من الاطباء الروس ينسبون اليه كثيرا جدا في نشيط الاسجة واعادة التجنيد والشباب الى الخليا .

والآن ، يقوم علماء المواد الخلقايلي المانيا ، ودراسة عميقة لهذا الموضوع ولتأكد فيما اذا كان للين القوس

لا تفتي عليهم نتائج ابحاث هذه الاعراض المبكرة ، والقدرة بالخطر . ان ، بين الهام جدا الانباء الى الدلائل الأولى الخثرة ، والتي تصدرها العضوية ، خاصة فيما يتعلق بنسبا بحوث تكثر غير طبيعي في الخلايا ، ان الخلايا المتكثرة بصورة غير طبيعية قد تبقى مدة طويلة متحركة في نغلة او ناحية معينة ، قبل ان تدهم الجسم بالتشاورها ، هنا تكون اللحظة الحاسمة ، والفرصة المساحة للبيئة التي يجب اهتياها ، كي نلجا سورا الى استشارة الطبيب للتدخل ضد انتشار المرض .

اما الدلائل ، او الاعراض المبكرة لبعض انواع السرطانات فكثيرة ، يمكن اجملها بما يلي :

### سرطان البروستات

يصيب الأشخاص الطاعين في السن ، ولدت التحريات ان هذا النوع يصيب الأشخاص الذين تجاوزوا الخمسين بنسبة « ٢٠ ٪ » ، كما ان التحريات السرطانية في البروستات ، تصيب نصف عدد الأشخاص الذين دخلوا العقد السابع من عمرهم .

يما ان البروستات تحيط بنسب من الغدة « حيث ينشأ الحائل ، فسان علم الامراض تمثل بتغيرات نظرا على طبيعة التبول : كالشعور الملح للوهوش ليل من السوم ، للثبول ، وصعوبة في بدء طرح البول ، وضعف في قوة خروج البول ، وتقطع فيه ، يراقتة تلك احيانا حرة في مجرى البول ، واثم في ناحية الشرج ، ان جميع هذه التغيرات التي تطرا على طبيعة التبول ، قد يكون مرجعها سبب غير الوريه الخفية ، وكلها تشكل انذارا مبكرا من الهام جدا ان نتيه فنسر لاطلاع الطبيب عليها .

والتقادة الصحية العامة تقضي بان يفتح كل شخص جاور الخمسين من عمره الى الفحص السنوي البروستات هذا الفحص الذي يمكن ان تكشف مبكر لاي تغير ، مما يجعل العلاج ناجحا بنسبة عالية .

### سرطان الرئة

قبل ان ينشر ، يصدر اشارات واضحة جدا ، ان الدكتور وليام كاهان من مركز دراسات الاورام السرطانية في نيويورك ، يطمينا ملا واضحا من امرة ، في سن الاربعين من عمره ، كانت اجريت لها حثيا جراحة في الرئة ، لاستئصال ورم سرطاني يقول الدكتور : منذ ثلاث سنوات ، اصرت هذه المرأة مبكرا ، اذا استيقظت احد ثلث ايام ، ويلا من ان تنالها نوبة السعال الحادة التي اعتادت عليها ، بسبب التدخين ، فوجدت بانها تشعل مخطبة بكيات كبيرة جدا ، لقد اعتدت انذاك ان هذا ناجم من الحلق ، او بسبب التهاب الجيوب ، فلم تمر تلك احدى اعظام واستمرت في التدخين بواقع علبتي دخان يوميا ، وكانت النتيجة مخمجة ادت الى اجراء جراحة في الرئة .

غالبا ما يلفظ الانسان هذه الاعراض المبكرة باستخفاف ، وما يعطي الفرصة لتطور المرض ، وحيثما يجا لاستشارة الطبيب يكون الوقت قد فات ، والفرصة ضائعة ، والتدخل الجراحي اصبح صعبا قديما .

من الواضح انه ، من الأفضل اكتشاف المرض قبل ظهور اولي بوادره ، فبدون التدخين ، يحتتم عليهم اجراء فحص شعاعي لمدرورهم ونقص مخبري لتعاطهم ، بصورة دورية للاختبار ، وكثيرا ما تكون الاعراض مشابهة لالتهاب القصبات ، او تورع من التهاب رئوي بسيط يتكرر بين الفينة والاخرى ، او ما يشبهه الحمية الصدرية التي يراعتها نضج عرضي في حجات ومجى الاظفار ، كل هذه الامور اذا ما ظهرت لدى الاخرن انذارا مبكرا ، ينذر بالسوء ، ويجب الاستراع الى مراجعة الطبيب ، وسوء

برج الميزان ٢٢ سبتمبر - ٢٢ أكتوبر برج الحمل ٢١ مارس - ٢٠ أبريل برج الثور ٢١ أبريل - ٢١ مايو برج الجوزاء ٢٢ مايو - ٢١ يونيو برج السرطان ٢٢ يونيو - ٢٢ يوليو برج الأسد ٢٢ يوليو - ٢٢ أغسطس برج العقرب ٢٢ أغسطس - ٢٢ سبتمبر برج القوس ٢٢ سبتمبر - ٢٢ أكتوبر برج الجدي ٢٢ أكتوبر - ٢٢ نوفمبر برج الدلو ٢٢ نوفمبر - ٢٢ ديسمبر برج الحوت ٢٢ ديسمبر - ٢٢ يناير برج الثور ٢٢ يناير - ٢٢ فبراير برج الجوزاء ٢٢ فبراير - ٢٢ مارس برج السرطان ٢٢ مارس - ٢٢ أبريل برج الأسد ٢٢ أبريل - ٢٢ مايو برج العقرب ٢٢ مايو - ٢٢ يونيو برج القوس ٢٢ يونيو - ٢٢ يوليو برج الجدي ٢٢ يوليو - ٢٢ أغسطس برج الدلو ٢٢ أغسطس - ٢٢ سبتمبر برج الحوت ٢٢ سبتمبر - ٢٢ أكتوبر

برج الميزان ٢٢ سبتمبر - ٢٢ أكتوبر برج الحمل ٢١ مارس - ٢٠ أبريل برج الثور ٢١ أبريل - ٢١ مايو برج الجوزاء ٢٢ مايو - ٢١ يونيو برج السرطان ٢٢ يونيو - ٢٢ يوليو برج الأسد ٢٢ يوليو - ٢٢ أغسطس برج العقرب ٢٢ أغسطس - ٢٢ سبتمبر برج القوس ٢٢ سبتمبر - ٢٢ أكتوبر برج الجدي ٢٢ أكتوبر - ٢٢ نوفمبر برج الدلو ٢٢ نوفمبر - ٢٢ ديسمبر برج الحوت ٢٢ ديسمبر - ٢٢ يناير برج الثور ٢٢ يناير - ٢٢ فبراير برج الجوزاء ٢٢ فبراير - ٢٢ مارس برج السرطان ٢٢ مارس - ٢٢ أبريل برج الأسد ٢٢ أبريل - ٢٢ مايو برج العقرب ٢٢ مايو - ٢٢ يونيو برج القوس ٢٢ يونيو - ٢٢ يوليو برج الجدي ٢٢ يوليو - ٢٢ أغسطس برج الدلو ٢٢ أغسطس - ٢٢ سبتمبر برج الحوت ٢٢ سبتمبر - ٢٢ أكتوبر

## اللقائ

ان اقدم صفحة المرأة في السباسة ، وما كان اوية ان تكون كذلك . احس بمسؤوليتي كام ، لها اولاد ، ولها بنات ، عمرها من اجل تربية اولادها وبناتها ، وبطل يكبرون قليلا قليلا حتى يبلغوا مبلغ الرجال ، وملت في ذلك مثل كل ام .

احس بمسؤوليتي تجاه كل هذا ، ولذلك قاتبا والقاد والمسنولين في المنطقة ، ان الخلاص من خلافتهم ، او ان يعالجوا سلوب منحصر .. وليس باستلوب للحملات ناسية ، والانتقال الدامي .

ذلك ، يعقد اولادنا وبناتنا ، ويخفف بهم ويهن ، في حرة التي لا حدودها ، كما ان ذلك يخلق في حرة ، احزابا متحاذرة ، ثم ينتهي الامر لانا وبناتنا الى انون القتال الذي يليه

تهذا المعركة ، نجد الزعماء والقادة والمسؤولين ، مؤثرات قسمة ، ويتقبلون بالاحضان والعاتق ، تتكون الخاسرات الوحيدات ، لانا خبرنا اولادنا قتال ، الذي اثاره الزعماء .. الزعماء انهم نون ويقل الواحد منهم لحية صاحبه على اشلاد

ام عماد

## سط طريقة

### نقص الوزن

تلك يوميا « ٢٢٠٠ » وكانت غفائلك . ل ونوم وراحة ، تحرق كان المرض مسالوا . الحال ، ليست الى زيادة في الوزن ، كينا تقريبا .

لقيم ما يعادل « ٢٢٠٠ » رق منها لا « ٢٢٠٠ » نا لاحتياطي يساوي . يفترن بيلة شحوم .

نمك كبر من « ٢٢٠٠ » خيرة ، وتكون جسك : كما ان ع ، سواء جات عن عة لحم ، او قطعة ي الحرية نفسها « ٢٢٠٠ » لقصوية يوميا « ٢٢٠٠ » با تصرفها ، كانت الوزن يعادل « ٢٢٠٠ » كيم غي « ٢٢٠٠ » كيم غي

المضلة ، لتضبط زيادة طريقة التي تضمن لك ، متاحة للجميع ، واليك ، التي لم تخطر على تزيدي الى الفاية

اضطرت الى التفكير في ، وانت اروح ونفسي ، ذهابا وايابا ، بلا من جالس .

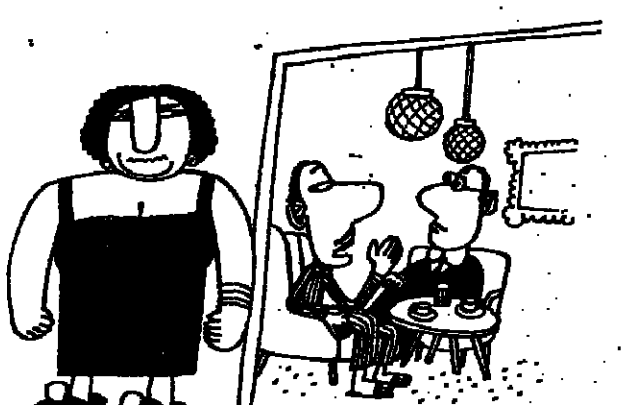
بال الجلوس على المقعد ، واسع لان تخطل هذه تصيرة من المشي ولو ان هذا الاجراء كليل ت الزائدة .

ي بعض من وقتك ، ولو تصرفه بالركض ، ولو عة ، ثالثة فقط . من عادة استعمال نكية ، كلما امك لكاءه ل شاك في تشغيل المعدات لا : لا تستعمل المصعد اذا كنت تصعد الطابق ي من البناء ولا تستعمل

اضطرت الى التفكير في ، وانت اروح ونفسي ، ذهابا وايابا ، بلا من جالس .

بال الجلوس على المقعد ، واسع لان تخطل هذه تصيرة من المشي ولو ان هذا الاجراء كليل ت الزائدة .

ي بعض من وقتك ، ولو تصرفه بالركض ، ولو عة ، ثالثة فقط . من عادة استعمال نكية ، كلما امك لكاءه ل شاك في تشغيل المعدات لا : لا تستعمل المصعد اذا كنت تصعد الطابق ي من البناء ولا تستعمل



يبي وينك فكرت في حل اخر .. اني اشتكي للصلبي الاحمر يبي يشسوف بتعامل اذى في البيت ده .. !!

فولادریں

كاتبه غلاميه !







